

BEATRIZ DUARTE SILVA LOISAS

PROCESSOS DE REGULAÇÃO EMOCIONAL E A SUA LIGAÇÃO COM A CRIMINALIDADE



ESCOLA SUPERIOR DE ALTOS ESTUDOS

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica

Área de Especialização em Terapias Cognitivo-
Comportamentais

COIMBRA, 2018

Processos de regulação emocional e a sua ligação com a criminalidade

BEATRIZ DUARTE SILVA LOISAS

Dissertação Apresentada ao ISMT para Obtenção do Grau de Mestre em Psicologia Clínica -
Ramo de Terapias Cognitivo-Comportamentais
Orientação: Prof.^a Doutora Ana Galhardo

Coimbra, setembro de 2018

Agradecimentos

À Prof.^a Doutora Ana Galhardo, por todo o trabalho, dedicação e conhecimento que me transmitiu, não só na elaboração deste projeto, mas no decorrer de todos estes anos. É realmente uma inspiração e um exemplo a seguir, foi um prazer trabalhar consigo.

Ao Instituto Superior Miguel Torga, por toda a formação e acompanhamento.

A todos os reclusos do Estabelecimento Prisional de Coimbra, que contribuíram para a realização desta investigação e se mostraram sempre disponíveis para me ajudar e participar em tudo o que lhes foi proposto. Cada um à sua maneira me marcou e contribuiu para a minha aprendizagem e crescimento.

À Direção Geral de Reinserção e Serviços Prisionais, pela autorização da recolha de dados junto da população do EPC.

À Dr.^a Isabel Sofia, por toda a orientação e apoio que me concedeu.

A todos os técnicos e guardas do EPC, por toda a disponibilidade e integração.

À Débora, que só ela sabe o que o que passamos juntas, neste que foi um ano cheio de novas experiências e aprendizagens e que, como eu, nunca vai esquecer as pessoas que passaram pela nossa vida.

Aos meus amigos, que deram realmente significado a estes cinco anos e que são os melhores segredos que levo desta cidade.

Aos meus pais, avós e tia, por todo o amor e apoio incondicional, por me terem transmitido os melhores valores, sem vocês nada disto teria sido possível.

Resumo

Fatores de risco criminal de ordem diversa têm vindo a ser identificados em variados estudos, no entanto, ainda que investigações anteriores tenham abordado diferentes construtos psicológicos na população reclusa, existem ainda variáveis não suficientemente exploradas. Nestas são de referir processos de regulação emocional, como é o caso da autocompaixão, autojulgamento e autocontrolo, bem como contrutos como a vergonha e o vínculo social.

Este estudo teve como objetivo estudar a relação entre os processos de regulação emocional e a criminalidade numa amostra de reclusos do Estabelecimento Prisional de Coimbra. Foram recrutados 91 reclusos do sexo masculino, com idades entre os 22 e os 65 anos, sendo a média de idade destes sujeitos de 38.05 ($DP = 9.93$). Na recolha de dados foram usadas a Escala de Autocompaixão, Escala de Autocontrolo, Escala de Vergonha e *Social Connectedness Scale*.

Os resultados relativos à autocompaixão e ao autojulgamento foram semelhantes aos encontrados em estudos anteriores para a população não reclusa, sugerindo a possibilidade de os reclusos serem compassivos e solidários com os colegas por se encontrarem numa situação semelhante, o que faz com que o sofrimento do *self* e o dos outros seja encarado de forma mais normativa. Relativamente ao baixo autocontrolo, e em particular à impulsividade, os resultados do presente estudo indicaram que esta variável parece estar presente de uma forma mais vincada nos sujeitos mais novos, com percursos escolares mais breves e que iniciaram comportamentos conducentes ao cumprimento de pena mais precocemente.

As limitações relativas ao estudo dizem respeito ao número de sujeitos da amostra e ao procedimento relativo ao seu recrutamento, podendo estas ter introduzido enviesamentos nos resultados. Adicionalmente, a ausência de avaliação da desejabilidade social pode ser também uma limitação. Contudo, o estudo possibilitou a identificação de variáveis, como a impulsividade e o autojulgamento, que ao serem incorporadas de uma forma mais direta em programas de intervenção dirigidos a esta população, poderão revelar-se úteis. A diminuição dos níveis destas duas dimensões poderá, por sua vez, contribuir para a diminuição do baixo autocontrolo.

Palavras-chave: Autocompaixão; Autocontrolo; Vergonha; Vínculo Social; Reclusos.

Abstract

Several criminal risk factors have been identified in previous studies. Although these studies have addressed different psychological constructs among prisoners, there are still variables that were not sufficiently explored. These include emotion regulation processes, such as self-compassion, self-judgment and self-control, as well as constructs such as shame and social bonding.

The current study aimed to study the relationship between emotion regulation processes and crime in a sample of inmates from the Estabelecimento Prisional de Coimbra. A total of 91 male prisoners were recruited, aged between 22 and 65 years old, the mean age being 38.05 ($SD = 9.93$). For data collection, the Self-compassion Scale, Self-control Scale, Shame Scale and Social Connectedness Scale were used.

Results concerning self-compassion and self-judgment were similar to those found in general population samples, suggesting that inmates may be compassionate and sympathetic to peers because they are in a similar situation, and their suffering as well as others' suffering may be viewed as part of a shared humanity. Regarding low self-control, particularly regarding impulsivity, results indicated that this variable seems to be present in a more pronounced way in younger subjects, lower educated and presenting an earlier start of criminal behavior.

Study limitations include the small sample size, and recruitment procedure, which may have introduced biases in the results. In addition, the absence of a social desirability measure may also be a limitation. However, the study allowed to identify variables such as impulsivity and self-judgment, which, when incorporated in a more direct way into intervention programs targeting this population, may prove useful. The decrease in the levels of these two dimensions may, in turn, contribute to the reduction of low self-control.

Keywords: Self-compassion; Self-control; Shame; Social bonding; Inmates.

Apêndice

Apêndice A. Questionário Sociodemográfico

Tabelas

Tabela 1. Dados sociodemográficos

Tabela 2. Dados de saúde

Tabela 3. Dados prisionais

Tabela 4. Médias e desvios-padrão das variáveis em estudo

Introdução

O Sistema Prisional Português acolhe diversos indivíduos na sequência de processos judiciais que culminam com a atribuição de pena de prisão. Estes indivíduos cometem crimes relativamente aos quais são descobertos, julgados, condenados e enviados para os nossos Estabelecimentos Prisionais, sendo que geralmente retornam à sociedade depois de cumprirem as suas penas. Compreender as características dos reclusos contém uma ampla utilidade para a preparação de programas de correção efetivos, que ajudem os infratores a integrarem-se de volta na sociedade. Para alcançar esse objetivo os investigadores tradicionalmente procuram identificar características que possam estar associadas à criminalidade (Morley, Terranova, Cunningham, & Kraft, 2016).

Marques (2015) refere quais características entende estarem associadas à criminalidade, dividindo-as por oito principais fatores de risco criminal, sendo estes: fatores individuais, fatores familiares, fatores relacionados com práticas educativas parentais, fatores socioeconómicos, fatores escolares, fatores relacionados com os pares, fatores relacionados com a comunidade e fatores relacionados com variáveis jurídico-penais.

Relativamente aos fatores individuais de risco criminal aponta como sendo pertencer ao sexo masculino, baixa ativação psicofisiológica e a disfunção nos neurotransmissores e/ou hormonal/neuro-química como fatores biológicos. No âmbito dos fatores individuais, pode ser mencionado o nível do desempenho que, por sua vez, integra o baixo Quociente de Inteligência, os défices no funcionamento executivo e a baixa produtividade. No que diz respeito às competências sociocognitivas apresenta como fatores os défices de resolução de problemas, défices nas estratégias de *coping*, dificuldades de interação social, dificuldades de adaptação, atitudes negativas face à Lei e Sistema de Justiça, crenças de benefícios do crime, fantasias violentas, identificação com ofensores e ausência de medo da punição. Relativamente às emoções foram referidas elevadas emoções percecionadas como desagradáveis (como o medo e a ansiedade), raiva e irritação constantes, ressentimento, baixa expressão de culpa, baixa empatia, dificuldade de diferenciação das emoções dos outros e elevada supressão emocional. Quanto aos comportamentos, foram salientados a agressividade, baixa confissão, desonestidade, dificuldades de concentração, impulsividade, elevada ousadia/procura de risco e estimulação, tendência para causar distúrbios, baixo envolvimento e satisfação em atividades recreativas não-antissociais, abuso de substâncias, estar envolvido com tráfico de droga e/ou posse de arma e frequente mudança de emprego e/ou residência. Foram referenciados fatores relacionados com défices de julgamento

moral/patologia, como o elevado *stress* pessoal/emocional, tentativa de suicídio, elevada ansiedade e nervosismo, elevado neuroticismo e perturbação mental. Relativamente à personalidade aponta a personalidade antissocial, o egocentrismo, psicopatia, temperamento difícil e dificuldade de autocontrolo como fatores de risco.

Quanto aos fatores familiares, Marques (2015) aponta como principal fator de risco criminal um elevado número de elementos do agregado familiar. Relativamente aos progenitores apresenta como condições propícias baixa escolaridade dos pais, frequente mudança de emprego e/ou desemprego dos progenitores, delinquência e detenções dos pais, conflito parental, agressividade entre progenitores, maternidade precoce, progenitores divorciados e família monoparental, baixa estimulação cognitiva da criança, abuso de substâncias, progenitores com perturbação mental, atitudes parentais favoráveis à violência ou à delinquência, não frequência da igreja, assim como progenitores desinteressados na educação. No que diz respeito aos irmãos, aponta a delinquência dos irmãos e a existência de irmãos com perturbações do comportamento. Por fim, quanto ao cônjuge, o conflito conjugal ou falta de harmonia.

Relativamente aos fatores relacionados com práticas educativas parentais Marques (2015) aponta os reduzidos comportamentos adaptativos de parentalidade. No que toca à rejeição foca-se na rejeição parental e desinteresse na criança, baixa supervisão parental ou disciplina, separação criança-progenitor e privação emocional. Relativamente à autoridade aponta as práticas educativas punitivas e o progenitor com estilo parental autoritário. No que diz respeito a fatores relacionados com a identificação e a vinculação, aponta para a baixa identificação com o progenitor ou desconexão pais-filho e por fim, abuso e negligência.

Ao nível dos fatores socioeconómicos indica a pertença a classe social baixa, baixo rendimento do agregado familiar, pobres condições habitacionais e desemprego como sendo de risco criminal. Fatores estes que se correlacionam com fatores inerentes à comunidade, nomeadamente, bairro de baixa classe socioeconómica, desorganização comunitária, ligação deficitária ao bairro, fácil acesso a drogas e/ou armas, vizinhança com comportamentos desviantes e falta de apoio social ou institucional.

A mesma autora faz referência a fatores escolares no que diz respeito aos comportamentos, apontando para a possibilidade de ser causador de distúrbios na escola, baixa assiduidade, baixa produtividade escolar, desistência escolar, baixas ambições académicas e reprovações. Assim como no que diz respeito à vinculação e satisfação, relativamente à baixa ligação à escola e empenho escolar, baixa satisfação, frequente

mudança de escola e elevado número de estudantes com comportamentos antissociais (Marques, 2015).

Como fatores relacionados com os pares, Marques (2015), aponta a existência de relações antissociais, rejeição ou relativo isolamento em relação a pares não-antissociais e baixa popularidade. Por fim, como fatores relacionados com variáveis jurídico-penais, indica a detenção em idade jovem, número elevado de detenções, distúrbios aquando de saídas jurisdicionais e gravidade ou violência da ofensa.

Como se pode observar têm vindo a ser identificados fatores de risco criminal de ordem diversa, indo de aspetos sociodemográficos a aspetos relacionais. No entanto, ainda que investigações anteriores tenham abordado diferentes construtos psicológicos nesta população, existem ainda variáveis que não têm vindo a ser suficientemente exploradas. Nestas são de referir processos de regulação emocional, como é o caso da autocompaixão e do autocontrolo.

Relativamente à autocompaixão, Neff (2003) define este processo de regulação emocional como a necessidade de estar aberto ao próprio sofrimento, experienciando sentimentos de cuidado e de compreensão para com o *eu*. Implica uma atitude de observação, com curiosidade, mas sem qualquer tipo de julgamento, em relação aos próprios erros e inadequações. Autocompaixão engloba também o reconhecimento das próprias experiências como parte de uma experiência humana comum, mais abrangente. Neff (2003) refere que a autocompaixão pode ser concetualizada como integrando seis dimensões, calor/compreensão, humanidade comum e *mindfulness* como fatores positivos; e autocriticismo, isolamento social e sobreidentificação com os problemas como fatores negativos. Estudos de Murphy, Stosny e Morrel (2005) e de Stosny (1995) fazem referência à importância do desenvolvimento da autocompaixão para evitar a prática de crimes. Estes estudos relatam efeitos positivos de intervenções com conteúdo promotor de autocompaixão com criminosos violentos, as quais demonstraram diminuir o comportamento violento futuro.

Morley *et al.* (2016) fazem também referência às estruturas neurológicas que estão relacionadas com a criminalidade. A violência leva a anormalidades no córtex pré-frontal, amígdala e estriado, que são áreas ligadas ao controlo dos impulsos, empatia e definição de metas. A exposição à violência pode levar ao desenvolvimento da perturbação de personalidade antissocial, caracterizada por um baixo autocontrolo e uma capacidade reduzida de formar vínculos sociais. A mesma pesquisa relacionou também a autocompaixão com as estruturas neurológicas acima referidas.

No que diz respeito ao autocontrolo, Gottfredson e Hirschi (1990) teorizaram que a criminalidade é caracterizada pela falta de autocontrolo, referindo-se à medida que os reclusos são vulneráveis às tentações do momento. Na sequência da conceção do baixo autocontrolo, Grasmick, Tittle, Bursik Jr. e Arneklev (1993) e Pratt e Cullen (2000) identificam seis características presentes na personalidade de sujeitos com baixo autocontrolo, classificados como premissas cruciais, nomeadamente: (1) impulsividade, verifica-se, nos sujeitos com baixo autocontrolo, uma tendência imediata de resposta ao estímulo, uma orientação concreta para o *aqui e agora*, contrastando com o adiamento da resposta por parte do sujeito com elevado autocontrolo; (2) preferência por tarefas simples, sujeitos com baixo autocontrolo tendem a eleger a realização de tarefas simples que lhes permitam uma fácil gratificação dos desejos, evitando tarefas complexas; (3) tomada de risco, estes sujeitos apresentam uma tendência exacerbada para a aventura, para a excitação, para o risco; (4) preferência por atividade física, elegem predominantemente atividades de cariz físico, preferindo-as às atividades de cariz cognitivo; (5) egocentrismo, são sujeitos centrados em si mesmos, manifestando uma indiferença ou insensibilidade para as necessidades dos outros; e (6) temperamento explosivo, sujeitos com baixo autocontrolo exibem uma intolerância à frustração e uma reduzida capacidade de resposta ao conflito pela via verbal, reagindo maioritariamente com ações físicas.

Para além da autocompaixão e do autocontrolo, outros construtos que têm merecido ainda pouca atenção especificamente na população reclusa, podem ser referidos a vergonha e o vínculo social. Assim, estes conceitos são seguidamente abordados de forma sucinta.

A vergonha pode ser entendida como uma emoção básica na qual podem estar integradas uma dimensão de vergonha externa e uma dimensão de vergonha interna. O conceito de vergonha externa surge da perceção de julgamentos negativos sobre o *eu* na mente dos outros (Matos, Pinto-Gouveia, Gilbert, Duarte & Figueiredo, 2015). Desse modo, a dor da vergonha externa está enraizada no reconhecimento de que os outros o vêem negativamente. Por isso, esta forma de vergonha está ligada a uma variedade de dificuldades ao nível da saúde mental, decorrentes do facto de o indivíduo considerar que é visto negativamente pelos outros, com riscos de rejeição, crítica social e ostracismo, o que aumenta o risco de ocultação e medo da descoberta. A vergonha interna diz respeito a uma tendência para atender aos aspetos negativos do *eu*, ter autojuízos negativos globais do *eu* como inferior, contendo algum defeito, e como tal, experienciar emoções hostis dirigidas ao *eu* como a raiva, desprezo e mesmo ódio por si próprio (Matos, Pinto-Gouveia, Gilbert, Duarte & Figueiredo, 2015).

Neste contexto, poderá ser relevante explorar esta emoção na população reclusa, devido a toda a perceção tendencialmente negativa que a sociedade demonstra em relação à população reclusa. Com efeito, a vergonha é uma emoção importante e autoconsciente que tem impacto no bem-estar e na vulnerabilidade dos sujeitos que apresentam psicopatologia. Quando refere psicopatologia, Matos *et al.* (2015) inclui depressão (Alexander, Brewin, Vearnals, Wolff, & Leff, 1999; Cheung, Gilbert, & Irons, 2004; Matos & Pinto-Gouveia, 2010), ansiedade (Tangney, Wagner, & Gramzow, 1992), paranóia (Matos, Pinto-Gouveia, & Gilbert, 2013), perturbação de *stress* pós-traumático (Harman & Lee, 2010), perturbações alimentares (Skarderud, 2007; Troop, Allan, Serpell, & Treasure, 2008) e perturbações de personalidade (Rüsch, N., Lieb, K., Göttler, I., Hermann, C., Schramm, E., & Richter, H., 2007).

Quanto ao vínculo social Sampson e Laub (1993) consideram-no como uma característica da criminalidade após terem encontrado uma relação negativa entre a capacidade de formar vínculos sociais e a criminalidade. Mais precisamente, Sampson e Laub (1993) relatam estudos de Glueck e Glueck (1950) que comprovam que as circunstâncias de vida, como o casamento e o emprego, desempenham um papel importante na desistência do crime. Na sequência desse estudo surge o de Tweng, Zhang, Catanese, Dolan-Pascoe, Lyche e Baumeister (2007) em que também é referido que a capacidade de formar vínculos sociais demonstrou reduzir a raiva provocada pela rejeição social. Por fim, Taylor, Loney, Bobadilla, Iacono e McGue (2003) descobriram que os traços de personalidade antissocial são negativamente correlacionados com o vínculo social.

Com base nesta breve revisão da literatura, o presente trabalho propõe-se investigar processos de regulação emocional que possam funcionar como fatores de risco associados à criminalidade, mais precisamente a autocompaixão, autojulgamento e autocontrolo, bem como outras variáveis que a literatura sugere poderem também estar implicadas nesta relação, como é o caso da vergonha e do vínculo social. Assim, as referidas variáveis e a sua associação foram alvo de análise numa amostra de reclusos a cumprir pena no Estabelecimento Prisional de Coimbra (EPC).

Material e métodos

Participantes

Os participantes foram reclusos do sexo masculino a cumprir pena no Estabelecimento Prisional de Coimbra em 2018, independentemente do tipo de crime cometido, duração da pena, ser ou não reincidente e encontrar-se em regime comum, aberto ao interior ou aberto ao exterior. Não foram definidos critérios de exclusão, sendo que a participação foi de carácter voluntário.

Instrumentos

O protocolo de investigação incluiu a administração dos seguintes instrumentos: Escala de Autocompaixão; Escala de Autocontrolo; Escala de Vergonha; e *Social Connectedness Scale*. Conjuntamente foi aplicado um questionário, construído para o efeito, e que integrou questões sociodemográficas, de saúde e relativas à situação prisional, com o intuito de proceder a uma caracterização da amostra relativamente a este tipo de variáveis (Apêndice A).

Quanto à *Self-Compassion Scale* (SCS) de Neff (2003), foi administrada a versão portuguesa de Castilho e Pinto-Gouveia (2011). Esta escala é um instrumento de autorresposta com 26 itens, organizados em 6 subescalas que avaliam as seguintes dimensões: calor/compreensão, autocrítica, condição humana, isolamento, *mindfulness* e sobreidentificação. Os resultados obtidos por Neff (2003) revelaram a existência de níveis de consistência interna ($\alpha = .92$) e teste re-teste ($\alpha = .93$) muito bons, o que indica a boa fidedignidade deste instrumento de medida. Os resultados da versão portuguesa de Castilho e Pinto-Gouveia (2011) revelam uma boa consistência interna ($\alpha = .89$). No presente estudo foram utilizados os índices compósitos de autocompaixão e de autojulgamento, tendo-se observados valores de consistência interna, medidos através do alfa de Cronbach, de .82 e de .86, respetivamente.

No que diz respeito à Escala de Autocontrolo, esta foi originalmente desenvolvida no âmbito da Teoria Geral do Crime por Gottfredson e Hirschi (1990) e Grasmick, Tittle, Bursik e Arneklev (1993) e foi validada para a população portuguesa por Fonseca (2002). Esta escala é constituída por 24 itens, para a respetiva análise faz-se o somatório das respostas dos indivíduos, o que fornece um valor total que pode variar entre 0 e 72, sendo que valores globais mais elevados representam níveis de autocontrolo mais baixos. Contudo, os autores

decidiram inverter os valores, significando deste modo que altos valores na escala equivalem a altos valores no autocontrolo. Na nossa amostra a Escala de Autocontrolo revelou um valor de alfa de Cronbach de .82.

Quanto à *External and Internal Shame Scale* (EISS) de Ferreira, Moura-Ramos, Matos e Galhardo (manuscrito não publicado), esta foi desenvolvida para avaliar a vergonha externa e interna, considerando quatro conceitos principais que têm vindo a ser apontados como nucleares para a vergonha. Estes incluem (1) sentimentos de inferioridade e inadequação, (2) sentimentos de exclusão, (3) sentimentos de falta de valor e vazio e (4) tendência para ser crítico e ajuizador. Esta escala inclui 16 itens respondidos numa escala que varia entre 0 = Nunca e 4 = Sempre. Os autores apontam para valores médios em indivíduos do sexo masculino da população os seguintes: vergonha total 1.00 ($DP = 0.61$), da vergonha externa 1.03 ($DP = 0.60$) e da vergonha interna .98 ($DP = 0.58$). No que respeita à sua consistência interna, foram encontrados valores de .93 para a escala total, de .91 para a vergonha externa e de .86 para a vergonha interna. Neste estudo foram observados valores de .87 para a escala total, de .80 para a vergonha externa e de .75 para a vergonha interna.

No que diz respeito à *Social Connectedness Scale – Revised* (SCS-R) de Lee e Lee (2001) foi usada a versão portuguesa de Francisco, Crespo, Rocha, Malaquias e Dias (2011). A SCS-R (Lee & Lee, 2001) é uma versão revista da *Social Connectedness Scale*, desenvolvida por Lee e Robbins (1995) com o intuito de medir o grau de proximidade interpessoal que o indivíduo experiencia no seu mundo social (por exemplo, família, amigos e sociedade) e o grau de dificuldade em manter essa proximidade. Os autores da versão original validaram a escala como sendo distinta de outras medidas como identidade social, solidão e pertença a grupo. A SCS-R consiste numa lista de 10 itens com conotação negativa e 10 itens com conotação positiva, avaliados segundo uma escala de Likert de seis pontos, onde 1 corresponde a “discordo totalmente” e 6 corresponde a “concordo totalmente”. Os itens com conotação negativa são cotados inversamente, sendo que resultados elevados correspondem a um maior sentido de ligação social (Malaquias, 2012). No que respeita à consistência interna da SCR-R na presente amostra foi encontrado um valor de .79.

Procedimentos

Foi solicitada a autorização para a recolha de dados junto da população do EP de Coimbra ao Diretor Geral dos Serviços Centrais da Direção Geral de Reinserção e Serviços

Prisionais, Dr. Celso José Neves Manata, via *e-mail*. Este pedido de autorização salientava que a recolha de dados seria realizada para fins exclusivamente científicos e que seriam respeitados os princípios da participação voluntária dos sujeitos, da confidencialidade e do anonimato dos dados (dados estes que serão integrados numa base global de tratamento estatístico, sem referência a dados pessoais). Foi também mencionado que as datas específicas de recolha de dados seriam depois objeto de articulação com a Direção do Estabelecimento Prisional (Direção Geral dos Serviços Prisionais, 2011). A autorização para o uso dos instrumentos de autorresposta foi solicitada aos respetivos autores, via *e-mail*, tendo sido concedida.

A recolha de dados foi realizada com a administração de instrumentos aos reclusos do EPC, havendo necessidade de definir uma amostra uma vez que este se encontra à data com 529 reclusos (Direção-Geral dos Serviços Prisionais, *s.d.*). Os indivíduos foram convidados a participar no estudo e os que acederam a este convite efetuaram o preenchimento dos instrumentos de autorresposta anteriormente elencados. Os dados foram maioritariamente recolhidos presencialmente nas instalações dos serviços clínicos do EPC, de forma grupal. Em alguns casos, nomeadamente em participantes de programas a decorrer no EPC, os reclusos realizaram o preenchimento dos instrumentos nas respetivas celas, tendo posteriormente devolvido os protocolos em envelope fechado e disponibilizado para o efeito. A presente recolha decorreu entre os meses de abril a junho de 2018. Nos casos em que a recolha foi realizada em grupo, os instrumentos foram preenchidos na presença do investigador com uma duração aproximada de 30 minutos na administração dos mesmos.

Análise de dados

Para a análise de dados recorreu-se ao programa estatístico *Statistical Package for Social Science* (SPSS) para o *Windows*, versão 25. Para efeitos de caracterização da amostra em termos sociodemográficos, de saúde e prisionais foram conduzidas análises descritivas no que respeita a variáveis contínuas e cálculo de frequências e percentagens nas variáveis categoriais. A exploração de associações entre variáveis foi efetuada com recurso ao cálculo das correlações de Pearson. Na comparação de médias dos grupos com e sem antecedentes criminais foram utilizados testes *t*-Student. Em todas as análises foi considerado um nível de significância de .050.

Resultados

Como se pode observar na Tabela 1, participaram 91 indivíduos com idades compreendidas entre os 22 e os 65, sendo a média de idades de 38.05 ($DP = 9.93$). No que respeita aos anos de escolaridade observou-se uma média de 9.14 ($DP = 2.65$). Em termos de estado civil 51 (56%) eram solteiros, 23 (25.30%) eram casados ou viviam em união de facto, 15 (16.50%) eram divorciados ou separados e 2 (2.20%) eram viúvos. Em situação de liberdade, 25 (27.50%) viviam com a/o companheira/o, 18 (19.80%) viviam com a/o companheira/o e filhos, 17 (18.70%) viviam sozinhos, 7 (7.70%) viviam com os pais, 4 (4.40%) viviam com os pais e irmãos, 2 (2.20%) viviam com os avós, 2 (2.20%) viviam com a/o companheira/o e pais, 2 (2.20%) viviam com pais, irmãos e avós, 2 (2.20%) viviam com companheira/o e outros, 1 (1.10%) vivia com os filhos, 1 (1.10%) vivia com a instituição de apoio, 1 (1.10%) vivia com outros, 1 (1.10%) vivia com os pais e avós, 1 (1.10%) vivia com a/o companheira/o, pais, irmãos, avós e filhos, 1 (1.10%) vivia com os irmãos e avós, 1 (1.10%) vivia com os irmãos, filhos e outros, 1 (1.10%) vivia com a/o companheira/o, pais e filhos, 1 (1.10%) vivia com os pais e outros, 1 (1.10%) vivia com a/o companheira/o, pais, irmãos e filhos, 1 (1.10%) vivia com a/o companheira/o, pais, avós e outros e 1 (1.10%) vivia com a/o companheira/o, pais, irmãos, avós e outros. Relativamente à situação profissional em liberdade 57 (62.60%) estavam empregados, 25 (27.50%) estavam desempregados, 4 (4.40%) eram estudantes, 4 (4.40%) eram estudantes e estavam empregados e 1 (1.10%) estava reformado.

Tabela 1

Dados sociodemográficos (N = 91)

Sexo	N	%
Masculino	91	100
Nacionalidade		
Portuguesa	85	93.40
Angolana	4	4.40
São-tomense	1	1.10
Brasileira	1	1.10

Estado civil

Solteiro	51	56
Casado/União de facto	23	25.30
Divorciado/Separado	15	16.50
Viúvo	2	2.20

Agregado familiar

Companheira/o	25	27.50
Pais	7	7.70
Avós	2	2.20
Filhos	1	1.10
Sozinho	17	18.70
Instituição de apoio	1	1.10
Outros	1	1.10
Pais e irmãos	4	4.40
Companheira/o e filhos	18	19.80
Pais e avós	1	1.10
Companheira/o e pais	2	2.20
Pais, irmãos e avós	2	2.20
Companheira/o, pais, irmãos, avós e filhos	1	1.10
Companheira/o e outros	2	2.20
Irmãos e avós	1	1.10
Irmãos, filhos e outros	1	1.10
Companheira/o, pais e filhos	1	1.10
Pais e outros	1	1.10
Companheira/o, pais, irmãos e filhos	1	1.10
Companheira/o, pais, avós e outros	1	1.10
Companheira/o, pais, irmãos, avós e outros	1	1.10

Situação profissional		
Estudante	4	4.40
Empregado	57	62.60
Reformado	1	1.10
Desempregado	25	27.50
Estudante e empregado	4	4.40
	<i>M</i>	<i>DP</i>
Idade	38.05	9.93
Anos de escolaridade	9.14	2.65

Na Tabela 2 são apresentados dados de caracterização na amostra no que respeita a aspetos de saúde. Em termos da situação de saúde 31 (34.10%) eram acompanhados em consultas de psicologia/ psiquiatria e 37 (40.70%) já tinham tido este tipo de acompanhamento no passado. No que se refere à toma de medicação 43 (47.30%) indicaram fazê-lo e 48 (52.70%) não se encontravam medicados.

Ao ser abordado o historial de toxicodependência 53 (58.20%) responderam ter iniciado o consumo de substâncias ilícitas em média aos 17.58 anos ($DP = 7.49$), sendo que 38 (41.80%) não referiram história de consumo de substâncias ilícitas. Relativamente ao consumo de álcool verificou-se que 38 (41.80%) iniciaram este consumo em média aos 15.56 anos ($DP = 5.68$), sendo que 53 (58.20%) não referiram história de consumo de álcool.

Tabela 2

Dados de saúde (N = 91)

Seguido atualmente em psicologia/psiquiatria	<i>N</i>	<i>%</i>
Sim	31	34.10
Não	60	65.90

Seguido no passado em psicologia/psiquiatria

Sim	37	40.70
Não	54	59.30

Toma medicação

Sim	43	47.30
Não	48	52.70

Historial de toxicodependência

Sim	53	58.20
Não	38	41.80

Historial de consumo de álcool

Sim	38	41.80
Não	53	58.20

A Tabela 3 apresenta informação relativa a aspetos prisionais. No que concerne à história do contato com os serviços prisionais os participantes indicaram que em média a idade da primeira prisão foi de 27.69 ($DP = 9.93$). Cinquenta e oito sujeitos (63.70%) apresentaram antecedentes criminais e 42 (46.20%) antecedentes prisionais. Relativamente a estes últimos o número de prisões foi em média de 2.86 ($DP = 2.23$). Aquando da participação no estudo 11 (12.10%) encontravam-se em regime de prisão preventiva e 80 (87.90%) haviam já sido condenados. 71 (78%) estavam integrados no regime comum, 17 (18.70%) em regime aberto no interior e, 3 (3.30%) em regime aberto no exterior. Relativamente ao tipo de crime 41 (45.10%) apontam como crime principal Crimes contra o património, 24 (26.40%) Crimes contra pessoas, 20 (22%) Crimes de estupefacientes, 4 (4.40%) Crimes contra a vida em sociedade, 1 (1.10%) Crimes contra a identidade cultural e integridade pessoal e 1 (1.10%) Crimes contra o Estado. A duração das penas era em média de 11.77 ($DP = 7.33$). Foi ainda apurado a receção de visitas com regularidade sendo que 76 (83.50%) indicaram recebê-las e em 15 (16.50%) isso não acontecia. Os participantes referiram ainda perceberem ter apoio familiar em 85 (93.40%) dos casos, enquanto que 6 (6.60%) consideraram não ter este tipo de apoio. Por último, foi ainda questionada a

existência de familiares com pena de prisão sendo que 22 (24.20%) indicaram possuir familiares a cumprir pena.

Tabela 3

Dados prisionais (N = 91)

	<i>M</i>	<i>DP</i>
Idade da primeira prisão	27.69	9.93
Nº de prisões	2.04	1.78
Duração da pena	11.77	7.33
Antecedentes criminais	<i>N</i>	<i>%</i>
Sim	58	63.70
Não	36.3	36.30
Antecedentes prisionais		
Sim	42	46.20
Não	49	53.80
Situação		
Preventivo	11	12.10
Condenado	80	87.90
Regime		
Comum	71	78
Aberto no Interior	17	18.70
Aberto no Exterior	3	3.30

Classificação do crime		
Crimes contra pessoas	24	26.40
Crimes contra o património	41	45.10
Crimes contra a identidade cultural e integridade pessoal	1	1.10
Crimes contra a vida em sociedade	4	4.40
Crimes contra o Estado	1	1.10
Crimes de estupefacientes	20	22
Recebe visitas regularmente		
Sim	76	83.50
Não	15	16.50
Tem apoio familiar		
Sim	85	93.40
Não	6	6.60
Familiars com pena de prisão		
Sim	22	24.20
Não	69	75.80

De seguida são apresentados os resultados das diferentes variáveis em estudo na presente amostra (Tabela 4).

Tabela 4

Médias e desvios-padrão das variáveis em estudo (N = 91)

	<i>M</i>	<i>DP</i>
Autocompaixão	44.20	8.36
Autojulgamento	34.01	9.54
Vergonha total	1.15	0.56
Vergonha externa	1.21	0.60
Vergonha interna	1.10	0.60
Baixo autocontrolo	21.36	9.30
Vínculo social	86.09	12.43

Seguidamente foram exploradas as associações entre algumas das variáveis sociodemográficas e prisionais com as variáveis em estudo. Constatou-se a existência de uma correlação positiva, no limite da significância estatística, entre a idade e a autocompaixão ($r = .24$; $p = .050$). As demais correlações estatisticamente significativas verificaram-se entre o baixo autocontrolo e os anos de escolaridade ($r = -.33$; $p = .001$), entre o baixo autocontrolo e a idade aquando da primeira prisão ($r = -.26$; $p = .012$), entre o baixo autocontrolo e a duração da pena ($r = -.26$; $p = .012$) e, por último entre o baixo autocontrolo e o número de prisões ($r = .36$; $p < .001$).

Atendendo ao objetivo de explorar a eventual existência de diferenças entre os sujeitos com antecedentes criminais ($n = 58$) e os que não tinham este tipo de historial antes da primeira prisão ($n = 33$), foram comparadas as médias destes dois grupos no que respeita aos processos de regulação emocional de autocompaixão, autojulgamento e baixo autocontrolo, bem como em relação às variáveis vergonha e vínculo social. Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas no que se refere às variáveis em estudo à exceção do baixo autocontrolo ($t = 2.69$; $p = .009$). Relativamente a esta, os sujeitos com antecedentes criminais apresentam valores mais elevados de baixo autocontrolo ($M = 23.28$; $DP = 8.67$), comparativamente com aqueles sem este tipo de antecedentes ($M = 18.00$; $DP = 9.55$). Com base neste resultado, e tendo em conta que a medida de baixo autocontrolo

utilizada se encontra subdividida em diferentes subescalas, procedeu-se ao mesmo tipo de análise desta vez em relação a estas subescalas. Constatou-se que as diferenças se manifestam nas subescalas de impulsividade ($t = 2.80$; $p = .006$) e de preferência por tarefas simples ($t = 2.11$; $p = .037$).

Adicionalmente e atendendo a que o baixo autocontrolo surgiu como uma variável relevante para a diferença entre os dois grupos considerados, optou-se por analisar de que modo esta variável se associava com as demais variáveis abordadas. Não foram observadas associações estatisticamente significativas a não ser entre o baixo autocontrolo e o autojulgamento ($r = .36$; $p = .001$).

Discussão

O presente trabalho propôs-se investigar processos de regulação emocional como autocompaixão, autojulgamento, autocontrolo, bem como a vergonha e o vínculo social enquanto possíveis fatores de risco associados à criminalidade, numa amostra de reclusos a cumprir pena no EPC. Adicionalmente, foram exploradas as associações entre estas variáveis e variáveis sociodemográficas e referentes à situação criminal.

Relativamente à autocompaixão e ao autojulgamento não se observaram valores discrepantes comparativamente com os resultados anteriores obtidos no estudo de Gonçalves (2015) e os encontrados para uma população não reclusa no estudo de Castilho e Pinto-Gouveia (2011) no que se refere ao valor total da escala. Neste contexto, hipotetiza-se que a justificação para tais valores possa estar relacionada com a possibilidade de os reclusos serem compassivos e solidários com os colegas, por estarem numa situação complexa e difícil, que é a reclusão, e estarem rodeados por indivíduos em posição semelhante o que faz com que o sofrimento do *self* e o dos outros seja balanceado e encarado de forma mais normativa, e não tanto defensiva e de julgamento. De referir ainda que se verificou a existência de uma correlação positiva entre a idade e a autocompaixão, remetendo para a possibilidade de esta poder ser entendida como uma competência traço que aumenta com a experiência.

Nos resultados do presente estudo foram também encontradas correlações estatisticamente significativas entre o baixo autocontrolo e os anos de escolaridade, entre o baixo autocontrolo e a idade aquando da primeira prisão, entre o baixo autocontrolo e a duração da pena e entre o baixo autocontrolo e o número de prisões. Relativamente aos anos de escolaridade, idade da primeira prisão e duração da pena verificou-se que os sujeitos com

menos escolaridade, idades mais baixas e penas de maior duração, são aqueles que exibem mais dificuldades no exercício do autocontrolo. Assim, esta variável parece estar presente de uma forma mais vincada nos sujeitos mais novos, com percursos escolares mais breves e que iniciaram comportamentos conducentes ao cumprimento de pena mais precocemente. Para além disso, estas dificuldades de autocontrolo poderão também traduzir-se na existência de comportamentos desviantes de maior gravidade, originando penas de prisão de maior duração.

No que diz respeito aos processos de regulação emocional, a comparação de médias entre os grupos de sujeitos com antecedentes criminais e os que não tinham este tipo de historial antes da primeira prisão mostraram diferenças estatisticamente significativas apenas ao nível do baixo autocontrolo. Os sujeitos com antecedentes criminais apresentaram valores mais elevados de baixo autocontrolo, comparativamente com os que não apresentavam este tipo de antecedente. Constatou-se também, uma vez que a medida de baixo autocontrolo utilizada se encontra subdividida em subescalas, que estas diferenças se manifestam ao nível da impulsividade e da preferência por tarefas simples. Dado que nos indivíduos reincidentes os níveis de impulsividade são mais elevados comparativamente com aqueles que estão em reclusão pela primeira vez, é possível sugerir que a realização de intervenções que tenham como objetivo a diminuição dos níveis de impulsividade seja um recurso a implementar, visando a diminuição da probabilidade de repetição dos crimes.

Com efeito, programas de intervenção em meio prisional têm vindo a privilegiar aspetos como a diminuição de fatores de risco associados à criminalidade e a consequente promoção de fatores de proteção, como é o caso do projeto “Contruir um Plano de Prevenção e de Contingência”. No entanto, a dimensão da impulsividade não é especificamente abordada pelo que os resultados do presente estudo apontam para a eventual definição deste aspeto como um alvo a integrar neste tipo de programas.

Por fim, atendendo a que o baixo autocontrolo surgiu como uma variável relevante para a diferença entre os dois grupos considerados, optou-se por analisar de que modo esta variável se associava com as demais variáveis abordadas. Constatou-se que, com a exceção da associação estatisticamente significativa entre o baixo autocontrolo e o autojulgamento, não foram encontradas quaisquer outro tipo de associações. Relativamente a esta associação e na sequência do referido anteriormente, poderá ser útil que as intervenções possam também englobar estratégias para diminuição do autojulgamento. Note-se que neste estudo o

autojulgamento envolve uma composição de autocrítico, isolamento e sobreidentificação com as adversidades. Assim, é de esperar que quando os sujeitos se tornam menos autocríticos, mais integrados na relação com os outros e mais capazes de perceberem os seus problemas como partilhados com os outros, possam igualmente ser mais competentes no exercício do autocontrolo.

É também de referir que os reclusos apresentaram níveis mais elevados de baixo autocontrolo em comparação com a população geral, o que seria de alguma forma expectável. No entanto, não foram encontradas diferenças significativas entre os grupos com e sem antecedentes criminais, relativamente às seis subescalas. A hipótese que pode justificar estes resultados é a da possibilidade de o baixo autocontrolo ser uma característica apenas dos casos mais graves de comportamento social (Pinto, 2012). O grupo de reclusos reincidentes apresentou uma média superior à dos reclusos primários. Efetivamente, também os resultados obtidos no estudo de Pinto (2012) foram de encontro aos nossos no que toca à impulsividade, em que a média foi superior nos reclusos reincidentes, contudo, esta autora reportou também diferenças no que se refere à tomada de risco e ao temperamento explosivo.

Esta investigação, ainda que tenha procurado explorar variáveis menos usuais em sujeitos a cumprir pena de prisão, apresenta limitações que deverão ser consideradas para a leitura dos resultados. Em primeiro lugar o número de sujeitos da amostra e o procedimento relativo ao seu recrutamento podem introduzir enviesamentos nos resultados. Por exemplo, os participantes ao terem voluntariamente aceite participar poderão apresentar uma maior abertura e interesse em colaborar, estar mais predispostos para assumir atitudes de ajuda, de compreensão. Igualmente desejável seria a realização do estudo numa amostra de maior dimensão e que garantisse uma maior representatividade da população reclusa. De acrescentar que outra limitação decorre da não utilização de um instrumento de avaliação da desejabilidade social, uma vez que esta traduz uma variável que poderá ter influenciado os resultados.

Apesar destas limitações, o estudo possibilitou a identificação de variáveis que ao serem incorporadas de uma forma mais direta em programas de intervenção dirigidos a esta população, poderão revelar-se úteis, mais especificamente a impulsividade e o autojulgamento. A diminuição dos níveis destas duas dimensões poderá, por sua vez, contribuir para a diminuição do baixo autocontrolo.

Referências bibliográficas

- Alexander, B., Brewin, C., Vearnals, S., Wolff, G., & Leff, J. (1999). An investigation of shame and guilt in a depressed sample. *British Journal of Medical Psychology*, 72, 323–339. <http://dx.doi.org/10.1348/000711299160031>.
- Barbosa, A. (2012). *Fatores preditivos da reincidência: análise de uma amostra aleatória de reclusos portugueses do sexo masculino*. Universidade do Minho.
- Castilho, P., & Gouveia, J. P. (2011). Auto-Compaixão: Estudo da validação da versão portuguesa da Escala da Auto-Compaixão e da sua relação com as experiências adversas na infância, a comparação social e a psicopatologia. *Psychologica*, 54, 203–230.
- Cheung, M., Gilbert, P., & Irons, C. (2004). An exploration of shame, social rank and rumination in relation to depression. *Personality and Individual Differences*, 36, 1143–1153. [http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00206-X](http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00206-X).
- Direção-Geral dos Serviços Prisionais (s.d.). Estabelecimentos prisionais: Estabelecimento Prisional de Coimbra. *Direção-Geral dos Serviços Prisionais (DGSP)*. Acedido a 1, dezembro, 2016, em <http://www.dgsp.mj.pt/>.
- Direção-Geral dos Serviços Prisionais (2011). Modelo de intervenção no âmbito da psicologia clínica em meio prisional. *Direção-Geral dos Serviços Prisionais (DGSP)*.
- Ferreira, C., Moura-Ramos, M., Matos, M., & Galhardo, A. (manuscrito não publicado). A new measure to assess external and internal shame: Development, factor structure and psychometric properties of the External and Internal Shame Scale.
- Glueck, S., & Glueck, E. (1950). *Unraveling juvenile delinquency*. New York, NY: Commonwealth Fund.
- Grasmick, H. G., Tittle, C. R., Bursik Jr., R. J., & Arneklev, B. J. (1993). Testing the core empirical implications of Gottfredson and Hirschi's general theory of crime. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 30, 5-29. doi:10.1177/0022427893030001002.
- Gonçalves, R. (2015). *Experiências traumáticas e psicopatologia em reclusos: o papel mediador das experiências dissociativas e da compaixão*. Instituto Superior Miguel Torga.
- Gottfredson, H. G., & Hirschi, T. (1990). *A general theory of crime*. Stanford, CA: Stanford University Press.

- Harman, R., & Lee, D. (2010). The role of shame and self-critical thinking in the development and maintenance of current threat in post-traumatic stress disorder. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 17(1), 13–24. <http://dx.doi.org/10.1002/cpp.636>.
- Lee, R. M., Draper, M., & Lee, S. (2001). Social connectedness, dysfunctional interpersonal behaviors, and psychological distress: Testing a mediator model. *Journal of Counseling Psychology*, 48, 310-318. doi:10.1037//0022-0167.48.3.310.
- Malaquias, A. (2012). *Desafios da adolescência: interação entre rituais familiares, social connectedness, coping e sintomatologia depressiva-ansiosa e diferenças entre famílias nucleares intactas e reconstruídas*. Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.
- Matos, M., Pinto-Gouveia, J., & Gilbert, P. (2013). The effect of shame and shame memories on paranoid ideation and social anxiety. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 20, 334–349. <http://dx.doi.org/10.1002/cpp.1766>.
- Matos, M., Pinto-Gouveia, J., Gilbert, P., Duarte, C., & Figueiredo, C. (2015). The Other As Shamer Scale – 2 : Development and validation of a short version of a measure of external shame. *Personality and individual differences*, 74, 6–11. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.09.037>.
- Morley, R. M., Terranova, V. A., Cunningham, S. N., & Kraft, G. (2016). Self-compassion and predictors of criminality. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 25, 503–517. <https://doi.org/10.1080/10926771.2015.1107170>.
- Murphy, C. M., Stosny, S., & Morrel, T. M. (2005). Change in self-esteem and physical aggression during treatment for partner violent men. *Journal of Family Violence*, 20, 201–210. doi:10.1007/s10896-005-5983-0.
- Neff, K. D. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2, 85-102.
- Pinto, C. (2012). *O efeito do baixo autocontrolo no crime e no comportamento anti-social: análise da Teoria Geral do Crime numa amostra de reclusos e não reclusos portugueses*. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.
- Pratt, T. C., & Cullen, F. T. (2000). The empirical status of Gottfredson and Hirschi's general theory of crime: A meta-analysis. *Criminology*, 38, 931-964. doi: Sampson, R. J., &

- Laub, J. H. (1993). *Crime in the making*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Rüsch, N., Lieb, K., Göttler, I., Hermann, C., Schramm, E., & Richter, H. (2007). Shame and implicit self-concept in women with borderline personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 164, 500–508. <http://dx.doi.org/10.1176/appi.ajp.164.3.500>.
- Skarderud, F. (2007). Shame and pride in anorexia nervosa: A qualitative descriptive study. *European Eating Disorders Review*, 15, 81–97. <http://dx.doi.org/10.1002/erv.774>.
- Stosny, S. (1995). Treating attachment abuse: A compassion approach. New York, NY: Springer.
- Sullivan, B. F., & Geaslin, D. L. (2001). The role of narcissism, self-esteem, and irrational beliefs in predicting aggression. *Journal of Social Behavior and Personality*, 16, 53–68.
- Tangney, J., Wagner, P., & Gramzow, R. (1992). Proneness to shame, proneness to guilt and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 469–478. <http://dx.doi.org/10.1037//0021-843X.101.3.469>.
- Taylor, J., Loney, B. R., Bobadilla, L., Iacono, W. G., & McGue, M. (2003). Genetic and environmental influences on psychopathy trait dimensions in a community sample of male twins. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 31, 633–645. doi:10.1023/A:1026262207449.
- Tweng, J. M., Zhang, L., Catanese, K. R., Dolan-Pascoe, B., Lyche, L. F., & Baumeister, R. F. (2007). Replenishing connectedness: Reminders of social activity reduce aggression after social exclusion. *British Journal of Social Psychology*, 46, 205–224. doi:10.1348/014466605X90793.